

Les autres traitements des troubles bipolaires

Quelle place pour les psychothérapies dans le traitement des troubles bipolaires ?

La forme d'aide la plus indiquée pour les malades maniaco-dépressifs et leurs proches est la **psychoéducation**, mais elle est toujours associée à un traitement médicamenteux. Cette thérapie éducative consiste à expliquer la maladie et ses traitements pour que le patient respecte le mieux possible la prescription du médecin, mais aussi pour que ses proches et lui soient capables de repérer rapidement des signes de rechute. La psychoéducation peut se faire par le biais de séances individuelles ou de sessions de groupe pendant lesquelles patients et entourage peuvent discuter de leur expérience et interroger le thérapeute.

Les **psychothérapies cognitives et comportementales**, ou **celles d'inspiration analytique**, agissent peu sur les troubles proprement dits mais sont utiles pour permettre à la personne de travailler sur elle-même.

Qu'est-ce que la sismothérapie ?

La sismothérapie (**électrochocs**, ou **électroconvulsivothérapie**, **ECT**) a une mauvaise image auprès du public. Pourtant, cette forme de traitement peut être efficace pour soulager les phases maniaques ou dépressives aiguës résistantes aux médicaments. Elle consiste à provoquer une crise d'épilepsie à l'aide d'un courant électrique très bref (quelques dixièmes de seconde) appliqué sur les tempes lors d'une brève anesthésie générale. Un médicament destiné à relâcher les muscles est également injecté. Les mécanismes de son efficacité contre la psychose maniaco-dépressive sont encore peu connus. Ce traitement n'est pas douloureux et entraîne peu d'effets indésirables (confusion passagère au réveil, maux de tête, nausées, troubles de la mémoire qui s'atténuent après quelques jours ou semaines). Une cure de sismothérapie comporte en général huit à douze séances à raison de deux à trois séances par semaine.